

PODSUMOWANIE PILOTAŻOWEJ EDYCJI WOJEWÓDZKIEGO PROJEKTU EDUKACYJNEGO PN.: „MAM ZDROWE ZĘBY!”



Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Chodzieży rozpoczęła w miesiącu czerwcu 2023 roku pilotażową edycję wojewódzkiego projektu edukacyjnego pn.: „Mam zdrowe zęby!”.

Celem projektu jest budowanie właściwych nawyków i popularyzacja zasad poprawnej higieny jamy ustnej wśród dzieci w wieku wczesnoszkolnym, poprzez:

- zwiększenie świadomości dzieci dotyczącej konieczności codziennej, systematycznej dbałości o zdrowie jamy ustnej i zębów;
- utrwalenie wiedzy na temat podstawowych zasad profilaktyki próchnicy;
- kształtowanie prawidłowych nawyków i umiejętności wśród dzieci dotyczących właściwej higieny jamy ustnej.

Zgodnie z założeniem projektu przedstawiciel PSSE w Chodzieży Sekcji Higieny Dzieci, Młodzieży i Promocji Zdrowia w miesiącu czerwcu 2023 roku przeprowadził 4 zajęcia w formie pogadanek z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej wśród 89 uczniów klas I-III szkół podstawowych. Przedstawiono szczegółowo budowę zębów, rodzaje zębów oraz funkcje jakie pełnią. Edukowano jak zadbać o zdrowie zębów, by uchronić je przed próchnicą. Wskazano, iż warto jeść produkty pełnowartościowe zawierające węglowodany złożone, świeże owoce i warzywa oraz nabiał. Następnie przy pomocy modelu szczęki poinstruowano dzieci jak prawidłowo myć zęby. Temat zachęcił dzieci do wyrażania własnych doświadczeń.

Na zakończenie przeprowadzono quiz dentystyczny, rozdano dzieciom magnesy z logo projektu, a także broszury pt. „Mam zdrowe zęby!” zawierające ważne merytoryczne wskazówki jak dbać o higienę jamy ustnej i zębów oraz ciekawe zagadki. Ponadto każda klasa za udział w zajęciach otrzymała dyplom.

W roku szkolnym 2023/2024, w ramach kontynuacji niniejszego projektu, zaplanowano przeprowadzenie wśród uczniów klas I-III szkół podstawowych minimum dziesięciu pogadanek połączonych z instruktażem prawidłowego mycia zębów.

Poniżej zdjęcia z realizacji projektu.



Jak prawidłowo myć zęby?

- 01** Zwilż szczoteczkę pod strumieniem wody. Następnie wycedź na nią pastę do zębów wielkości ziarna grochu.
- 02** Ruchoem wymiatającym (od dołu do góry i na odwrót) omijaj zęby i dziąsła.
- 03** Okrężnymi ruchami delikatnie szczotkuj zewnętrzne powierzchnie zębów.
- 04** Następnie wyszczotkuj zewnętrznie żujące białych zębów (trzonowców).
- 05** Obróć szczoteczkę i używając jej końcówki wyszczotkuj tylną część górnych i dolnych zębów (jękaczy).
- 06** Nie zapomnij o wyszczotkowaniu języka.
- 07** Wypluj resztki pasty i ułóż jej się szeroko.

Współpraca: Szkoła Samorządowa Gimnazjum w Poznaniu



Opracowała: mł. asystent Ilona Lehmann
Sekcja Higieny Dzieci, Młodzieży i Promocji Zdrowia
Powiatowej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej w Chodzieży, 2023r.